

این فایل فقط برای مشاهده قسمتی از پرسشنامه می باشد.

برای خرید و دریافت فایل کامل ورد و قابل ویرایش این پرسشنامه

به داخل سایت مراجعه نماید.

پرسشنامه آمادگی بدنی ادراک شده (یاوری)

ردیف	عوامل	خلی	مخالقم	نظری ندارم	موافقم	خیلی
1	در آمادگی بدنی خوبی به سر می برم.					
2	من نیاز به تغییر وزنم (کاهش یا افزایش) دارم تا سلامتی جسمانی ام بهتر شود.					
3	من قادرم در 20 دقیقه سریع تر از افراد همسن خودم راه بروم (قدم بزنم).					
	=====					
11	من دارای قدرت عضلانی بهتری نسبت به افراد همسن خودم هستم.					
12	من نیاز به بهبود کامل آمادگی بدنی ام دارم.					

مولفه های پرسشنامه :

سوال	منابع	مولفه های پرسشنامه
1-3-4-8-9-12	آبادی (1988)	شرایط جسمانی
6 و 10	آبادی (1988)	انعطاف پذیری

10-5	آبادی (1988)	شرایط عضلانی
7-2	آبادی (1988)	ترکیب بدنی

نمره گذاری پرسشنامه:

بر اساس طیف لیکرت نمره گذاری شده است

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم	گزینه
5	4	3	2	1	امتیاز

منابع:

آزمون‌های روانشناسی در علوم ورزش و تمرین، نرجس یآوری، تهران، بامداد کتاب، 1394.